

Dià Mundial de la Salut Mental

**Agenda d'activitats
del 3 al 18 d'octubre**

Subscriu-te al benestar emocional

elprat.cat/salutmental



**Ajuntament del
Prat de Llobregat**

10 | 10

Acte celebració Dia Mundial de la Salut Mental

Parlem, Escoltem,
Ens Cuidem.
Organitza:
Estratègia de Salut Mental
Comunitària del Prat,
Ajuntament del Prat
[CC Palmira Domènech](#)
17.30 - 19.30 h

Programa:

- Presentació Acte
- Xerrada sobre benestar emocional a càrrec de Jaume Funes
- Taula Rodona sobre experiències grupals de benestar emocional al Prat
- Presentació del videoclip del Taller de rap del Servei de Rehabilitació Comunitària del Prat i lectura escrit contra l'estigma en salut mental.
- Tancament Acte

**fes una ullada
a elprat.cat/salut-mental**

03 | 10

Taller de gestió emocional

Ens cuidem.
Organitza: [Creu Roja](#)
[El Prat de Llobregat](#)
Tel. 933 708 661, 16.00 h

07 | 10

Tertúlia Cuidant la vida

Parlem, Escoltem.
Organitza: Serveis
Comunitaris, Ajuntament
del Prat
Online: [zoom](#)
10.00 - 11.30 h

07 | 10

Salut Mental Catalunya Acte celebració DMSM

Som Comunitat,
Fem Salut Mental
Escoltem, Ens Cuidem.
Organitza: Salut Mental
Catalunya
[Enllaç](#) per inscripció
[CaixaFòrum Barcelona](#)
9.00 - 14.00 h

08-09 | 10

Activitats de consciència i Benestar Emocional

Parlem, Escoltem,
Ens Cuidem.
Organitza: Antenes Joves,
Libertas i Grup SDS de Saó
Prat
[Festival Esperanzah,](#)
[Espai Consciència.](#)

11 | 10

Taller de percussió

Escoltem, Ens cuidem.
Organitza: Servei de
Rehabilitació Comunitària
- PSSJD
[Plaça Pau Casals](#)
10.30 - 12.00 h

13 | 10

Mindfulness

Ens Cuidem.
Organitza: Gats
Inscripcions:
hola@comunalitatbenviure.org, nom complert i telèfon
[Equipament Cívic Delta del
Llobregat](#)
11.30 - 13.00 h

13 | 10

Taller en família, beneficis de conviure amb animals

Ens Cuidem.
Organitza: Salut Pública,
Ajuntament del Prat
Inscripcions: salut@elprat.cat
[Salut Pública i Consum](#)
17.00 - 18.15 h

13 | 10

El hype de les emocions

Escoltem, Ens Cuidem.
Organitza: Serveis de Joventut,
Ajuntament del Prat
Tel. 934 785 077
[Torre Muntades](#)
18.30 - 20.00 h

14 | 10

Entenem la salut mental?

Organitza: Acció social i
comunitària, Ajuntament
del Prat
Inscripcions: Punt de la Gent
Gran, 93 379 00 50, ext. 5616
[Casal del Remolar](#)
10.30 a 12.00 h

18 | 10

Webinar: La Transició de la infància a la adolescència en el context TEA

Ayudar, acompanyar y
sobrevivir.
Escoltem.
Inscripcions [aquí](#)
Organitza: Fundació Orienta
Online: [Zoom](#)
18.00 a 19.30 h